

MENUS '4 SAISONS' | DU 31 AOÛT 2026 AU 27 SEPTEMBRE 2026 |

Menu standard 4 - Déjeuner

Du 31 août au 06 sept.

Du 07 sept. au 13 sept.

Du 14 sept. au 20 sept.

Du 21 sept. au 27 sept.

LUNDI

Melon
Chipolatas au jus
Lentilles **BIO** au jus
Flan vanille nappé caramel



Crêpe au fromage
Sauté de boeuf bourguignon
Carottes fraîches persillées
Fruit **BIO** de saison



Jambon blanc
Macaronis **BIO**
Gouda
Fruit **BIO** de saison



MARDI

Tortellini épinards sauce tomate et râpé
Saint paulin
Compote de pommes

VÉGÉTARIEN

Salade de haricots verts CE2
Pois chiches aux légumes de couscous
Semoule **BIO**
Yaourt **BIO** à la vanille



Filet de colin sauce julienne
Purée de pommes de terre
Mont lacauene
Compote pomme coing



Taboulé **BIO**
Cordon bleu
Haricots verts persillés
Crème au chocolat



MERCREDI

Paupiette de veau à la moutarde
Riz camarguais **BIO**
Petit suisse aromatisé
Fruit **BIO** de saison



Salade de pommes de terre aux échalotes
Poisson pané et citron
Petits pois carottes aux oignons
Fruit **BIO** de saison



Rôti de porc sauce forestière
Pâtes **BIO**
Camembert
Crème à la vanille



Betteraves **BIO** en salade
Sauté de volaille aux 4 épices
Pommes noisettes
Petit suisse sucré



JEUDI

Betteraves en salade
Filet de poisson sauce aurore
Boulghour **BIO**
Crème au chocolat



Sauce bolognaise (boeuf)
Macaronis **BIO** et fromage râpé
Lou mirabel
Compote pomme banane



Perle de blé, carottes et sésame
Boulette de boeuf sauce tomate cumin coriande
Tajine de légumes frais (courgettes et patate douce)
Quartier d'orange à la menthe

ALADIN OU LA LAMPE MERVEILLEUSE



Nugget's végétal et ketchup
Gratin de courgettes HVE du chef
Yaourt nature **BIO**
Gâteau du chef framboise et speculoos

VÉGÉTARIEN



VENDREDI

Salade de pâtes **BIO**
Sauté de porc au jus
Carottes fraîches persillées
Fruit **BIO** de saison



Tomate en salade
Sauté de volaille marengo
Courgettes persillées
Gâteau au chocolat du chef



Salade de lentilles aux échalotes
Pavé fromager
Petits pois au jus
Petit suisse aromatisé

VÉGÉTARIEN



Filet de colin basquaise
Semoule **BIO**
Coulommiers
Compote pomme abricot



RECETTE ANTI-GASPI

Un moyen de lutter contre le gaspillage alimentaire !

10M de tonnes d'aliments sont jetés par an. Pour limiter ce gaspillage, voici une idée de recette à faire chez vous :

CHIPS D'ÉPLUCHURES DE LÉGUMES



Ingrédients :

- Epluchures de légumes
- Huile d'olive
- Épices de votre choix : paprika, cumin, herbes, ail...
- Sel

Préparation :

- Rincer les épluchures
- Ajouter l'assaisonnement
- Ajouter un filet d'huile d'olive sur le tout
- Enfourner 15 min à 200°C

PLUS QU'À VOUS RÉGALER !



PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS

MENUS '4 SAISONS' | DU 28 SEPTEMBRE 2026 AU 18 OCTOBRE 2026 |

Menu standard 4 - Déjeuner

Du 28 sept. au 04 oct.

Du 05 oct. au 11 oct.

Du 12 oct. au 18 oct.

LUNDI

Hachi Camarguais du chef
Tartare nature
Fruit **BIO** de saison



Salade verte **BIO**
Gnocchis gratinés à la provençale
Crème au chocolat



VÉGÉTARIEN

Salade de légumes d'automne sauce aux agrumes (carottes, poivrons, vinaigrette pamplemousse)
Sauté de volaille sauce crème poivrons rouges
Purée de patate douce
Fromage blanc et coulis de mangue



SEMAINE DU GOÛT

MARDI

Salade de pâtes **BIO**
Omelette **BIO** du chef
Poêlée bretonne **BIO** (Chou fleur, brocolis)
Yaourt aromatisé HVE



Taboulé **BIO**
Sauté de volaille sauce forestière
Haricots verts persillés
Yaourt Nature



VÉGÉTARIEN

Salade de mâche et fromage
Poisson sauce crème citron et aneth
Gratin de pâtes
Milkshake à la grenadine



SEMAINE DU GOÛT

MERCREDI

Friand au fromage
Paupiette de veau au jus
Purée de courgettes
Flan vanille nappé caramel



Saucisse de Lozère *
Lentilles **BIO** au jus
Emmental **BIO**
Compote de poires



Taboulé **BIO** aux graines de lin
Boulettes d'agneau sauce beurre cacahuète
Carottes **BIO** persillées
Compote de pommes et amande du chef



SEMAINE DU GOÛT

JEUDI

Sauce carbonara aux lardons *
Pâtes et râpé
Encalat du larzac
Purée de Pommes **BIO**



Filet de colin sauce oseille
Riz camarguais
Brie
Fruit **BIO** de saison



Risotto de petit épeautre, crémeux de courgettes aux fromages frais
Petit suisse **BIO** aromatisé
Gâteau choco noisette du chef



SEMAINE DU GOÛT

VENDREDI

Calamars à la romaine et citron
Poêlée provençale
Yaourt nature **BIO**
Eclair au chocolat



Cordon bleu
Epinards branches et croûtons
Petit suisse **BIO** aromatisé
Gâteau du chef aux pommes



Salade de lentilles **BIO**
Emincé de bœuf sauce échalotes
Poêlée de pommes de terre et épinards persillés
Crème au Praliné



SEMAINE DU GOÛT

RECETTE ANTI-GASPI

Un moyen de lutter contre le gaspillage alimentaire !

10M de tonnes d'aliments sont jetés par an. Pour limiter ce gaspillage, voici une idée de recette à faire chez vous :

CHIPS D'ÉPLUCHURES DE LÉGUMES



Ingrédients :

- Épluchures de légumes
- Huile d'olive
- Épices de votre choix : paprika, cumin, herbes, ail...
- Sel

Préparation :

- Rincer les épluchures
- Ajouter l'assaisonnement
- Ajouter un filet d'huile d'olive sur le tout
- Enfourner 15 min à 200°C

PLUS QU'À VOUS RÉGALER !



PRATIQUE JE ME REPÈRE DANS LE MENU



LOCAL



DU CHEF



LABELS (EGALIM)

SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS